



Huesos rotos y torceduras

Si tiene preguntas o inquietudes, llame a la línea de ayuda de enfermería durante las 24 horas de Texas Children's Health Plan al 1-800-686-3831.

Hay enfermeras certificadas disponibles las 24 horas del día, todos los días, para ayudarlo con las necesidades de atención médica de su hijo.



¿Qué es un hueso roto?

Un hueso roto o fracturado es el resultado de un accidente o de una caída.

Señales que usted verá

- Su niño tendrá mucho dolor.
- El área alrededor del hueso se inflama.
- Es posible que el niño no pueda mover el brazo o la pierna.
- El hueso puede verse doblado bajo la piel.
- En ocasiones el hueso se rompe y atraviesa la piel.

¿Qué debe hacer cuando su niño se ha roto un hueso?

- Entablille el brazo o pierna rota. La tablilla es cualquier cosa que usted pueda atar a una parte del cuerpo para evitar que se mueva. Puede usar un periódico enrollado o un palo a manera de tablilla—algo duro y sólido.
- Nunca amarre la tablilla tan apretada que corte la circulación de la sangre.
- Si usted piensa que se ha roto un hueso de la pierna, no permita que el niño camine.
- El hielo ayuda a aliviar el dolor y la inflamación. No ponga el hielo directamente sobre la piel. Envuélvalo en una toalla. Aplíquelo por cinco minutos o menos a la vez. Recuerde DHCE—Descanso, Hielo, Compresión (presión) y Elevación (la pierna o el brazo se elevan sobre el nivel del corazón).
- No permita que el niño coma o beba hasta que vea al doctor.
- No se espere para llevar al niño al doctor o a la clínica. Los huesos rotos deben atenderse inmediatamente.

¿Qué debe hacer para evitar un hueso roto?

- Nunca deje a un niño pequeño solo en un lugar alto, ni siquiera por unos segundos. Esto incluye sofás, mesas para cambio de pañales o carritos del supermercado. Su niño puede sufrir una caída muy seria.
- Los barandales de la cuna de su bebé deberán estar elevados en todo momento.
- No utilice andaderas de bebé. Su bebé puede voltearse o estrellarse contra una reja de seguridad.
- Ponga seguros en todas sus ventanas. Su niño puede abrir una ventana y caerse.

Esguinces o torceduras

- Es posible que su doctor le diga que su niño tiene un esguince y no un hueso roto. Un esguince es un problema con el músculo, no con el hueso. Las torceduras no son tan malas como las fracturas de hueso pero pueden también ser muy dolorosas.
- El hielo ayuda a aliviar el dolor y la inflamación. Envuelva el hielo en un trapo y aplíquelo sobre la torcedura. Déjelo durante cinco minutos o menos a la vez.
- Descanse la articulación sobre una almohada más elevada que el cuerpo. No permita que el niño use esa articulación. Tobillos, rodillas y codos son coyunturas.
- Déle acetaminofeno (*Tylenol*, *FeverAll*, otros) para el dolor. Lea la etiqueta para saber cuánta medicina debe darle. Hable también con su doctor para asegurarse de darle la cantidad correcta.
- Es posible que su doctor le indique que use un cojín caliente o una toalla húmeda y caliente sobre la torcedura durante las primeras 24 horas.

Cuándo llamar a su médico o enfermera a domicilio de cabecera

- Usted crea que su niño se ha roto un hueso.
- La torcedura no mejora en 3 o 4 días.